

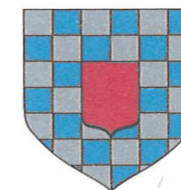
BIEN VIEILLIR DANS LE LAONNOIS



PROGRAMME 2014

Foyer Gérard Philipe
39 bis rue Jean Jaurès - CHAMBRY

Contact : Anthony LEMOINE
Chargé de prévention Mutualité Française Picardie
03.23.62.33.11 - a.lemoine@mutualite-picardie.fr





BIEN VIEILLIR DANS LE LAONNOIS - PROGRAMME 2014

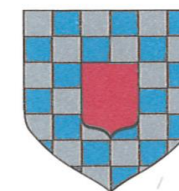
JANVIER

Dates	Lieux	Horaires	Thématiques	Intervenant(e)s	Remarques
Mercredi 15	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	La mémoire	Docteur DUBOISSET	
Mercredi 22	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Atelier mémoire	CASSPA	
Mercredi 29	Foyer Gérard Philipe	15h - 16h	Gym mémoire	EPGV	Prévoir chaussures plates et tenue décontractée



FEVRIER

Dates	Lieux	Horaires	Thématiques	Intervenant(e)s	Remarques
Mercredi 5	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Conduite automobile et domicile	Docteur DUBOISSET	
Mercredi 12	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Révision du code de la route	MAïF Prévention	
Mercredi 19	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Réflexes automobile	MAïF Prévention / Association Prévention Routière	



Pour tous renseignements : Mutualité Française Picardie, Anthony LEMOINE, Chargé de prévention, 03.23.62.33.11, a.lemoine@mutualite-picardie.fr



BIEN VIEILLIR DANS LE LAONNOIS - PROGRAMME 2014

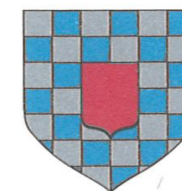
MARS

Dates	Lieux	Horaires	Thématiques	Intervenant(e)s	Remarques
Mercredi 12	Foyer Gérard Philipe	15h - 16h	Prévention des chutes	EPGV	Prévoir chaussures plates et tenue décontractée
Mercredi 19	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Accidents de la vie courante	MAIF Prévention	
Mercredi 26	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Les médicaments	Docteur DUBOISSET	



AVRIL

Dates	Lieux	Horaires	Thématiques	Intervenant(e)s	Remarques
Mercredi 2	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Forum des 5 sens	Opticien, dentiste, audioprothésiste, podologue, ergothérapeute	
Mercredi 9	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Les nouvelles technologies	Docteur DUBOISSET	
Mercredi 16	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Atelier tablette	PEP80	A confirmer



Pour tous renseignements : Mutualité Française Picardie, Anthony LEMOINE, Chargé de prévention, 03.23.62.33.11, a.lemoine@mutualite-picardie.fr



BIEN VIEILLIR DANS LE LAONNOIS - PROGRAMME 2014

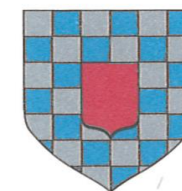
MAI

Dates	Lieux	Horaires	Thématiques	Intervenant(e)s	Remarques
Mercredi 14	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Les loisirs Les séjours	Docteur DUBOISSET	
Mercredi 21	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Les associations de Chambry	Associations de Chambry	Prévoir chaussures plates et tenue décontractée



JUIN

Dates	Lieux	Horaires	Thématiques	Intervenant(e)s	Remarques
Mercredi 4	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Aide aux aidants Vivre avec un conjoint malade	Docteur DUBOISSET	
Mercredi 18	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	La maison de retraite	Docteur DUBOISSET	





BIEN VIEILLIR DANS LE LAONNOIS - PROGRAMME 2014

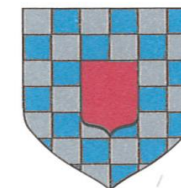
SEPTEMBRE

Dates	Lieux	Horaires	Thématiques	Intervenant(e)s	Remarques
Mercredi 17	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Alimentation	Docteur DUBOISSET	
Mercredi 24	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	L'équilibre alimentaire	Diététicienne	



OCTOBRE

Dates	Lieux	Horaires	Thématiques	Intervenant(e)s	Remarques
Mercredi 1	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Confection d'un repas équilibré	Diététicienne	Prévoir plat pour récupérer le repas
Mercredi 8	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	L'activité physique	Docteur DUBOISSET	
Mercredi 15	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Gym douce	EPGV	Prévoir chaussures plates et tenue décontractée
Mercredi 22	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Yoga	Me. DUBOISSET	Prévoir chaussures plates et tenue décontractée



Pour tous renseignements : Mutualité Française Picardie, Anthony LEMOINE, Chargé de prévention, 03.23.62.33.11, a.lemoine@mutualite-picardie.fr



BIEN VIEILLIR DANS LE LAONNOIS - PROGRAMME 2014

NOVEMBRE

Dates	Lieux	Horaires	Thématiques	Intervenant(e)s	Remarques
Mercredi 5	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Vie affective Famille Addictions	Docteur DUBOISSET	
Mercredi 19	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Gestes de premiers secours	MAIF Prévention ou croix rouge	A confirmer



DECEMBRE

Dates	Lieux	Horaires	Thématiques	Intervenant(e)s	Remarques
Mercredi 3	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Hygiène Service à la personne	Docteur DUBOISSET	
Mercredi 10	Foyer Gérard Philipe	15h - 17h	Les rouages administratifs	CLIC laonnois	A confirmer

